



cushu手帖(1)
中島有香の
にいがた
省エネおつまみ
発刊記念イベント



新潟の秋食材をたっぷり使っておいしく健康に！

「お酒とおつまみのいい関係」

中島有香さん（料理研究家）と入山八江さん（新潟市管理栄養士）トークショー

お酒は体に悪い、というのは誤解です。おつまみの取り方、料理に使う食材、のみ方次第でお酒をのんで健康に、そしてお肌つやつや美人にもなれます。料理研究家の中島有香さんと新潟市管理栄養士の入山八江さんが健康にお酒を楽しむためのポイントやおつまみのアイデアを紹介します。お酒とおつまみに関するクイズ大会（賞品付）もあります！

10月2日（日）午後3時～5時

場 所 ジュンク堂書店新潟店地下1階 イベントスペース

参加費 400円（飲み物付き）・定員40名

予 約 ジュンク堂書店新潟店1階レジカウンター、またはTEL025-374-4411

※空きがある場合、当日ご参加も可能です。